



Comitato Regionale
Lombardo

RIUNIONE REGIONALE INDOOR SENIORES U/D CAMPIONATI REGIONALI INDOOR MAS U/D RIUNIONE REGIONALE INDOOR AMA U/D

CASTENEDOLO (BS)

Centro Sportivo di Via Olivari 3

DOMENICA 07 FEBBRAIO 2010

Gare del Mattino

ore 9.00 Ritrovo

ore 9.30 Inizio Gare

Programma Gare:

60 ostacoli (0,84m) S/AMA D

60 ostacoli (1,06m) S/AMA U (minimo 9"00)

60 ostacoli MAS D

60 ostacoli MAS U

60 piani S/AMA D

60 piani S/AMA U (minimo 7"50)

60 piani MAS D

60 piani MAS U

Nelle corse S U/D i migliori 4 tempi effettueranno la finale

Gare del Pomeriggio

ore 14.30 Ritrovo

ore 15.00 Inizio Gare

Programma Gare:

Salto in Lungo S/AMA U (minimo 6,20)

Salto in Lungo MAS U

Salto in Lungo S/MAS/AMA D

Salto Triplo S D

Salto Triplo S U (minimo 13,00)

Nei salti S U/D tutti gli atleti effettueranno 4 prove

Per le gare Master vedere regolamento specifico

Aut. CRL n. 016/10

Categorie S/AMA/MAS U/D

BS575 – ATL. VIRTUS CASTENEDOLO

BS538 - ATL. GAVARDO '90

MI189 - ATL. AMBROSIANA

ISCRIZIONI

*Le società interessate **DEVONO** provvedere alle proprie iscrizioni utilizzando il modulo scaricabile dal sito www.fidalbrescia.it da inviare **entro le ore 24 di MERCOLEDI' 03 FEBBRAIO 2010** tramite fax 0305109982, oppure tramite email a iscrizioni@fidalbrescia.it.*

*La conferma iscrizioni dovrà avvenire sul campo **OBBLIGATORIAMENTE** 1 ora prima della partenza di ciascuna gara da ogni società per tutti i suoi iscritti. **NON saranno accettate iscrizioni sul campo di gara**, si potranno effettuare solo variazioni di nominativi già iscritti.*

*Gli orari gara di massima saranno pubblicati sul sito www.fidal-lombardia.it nella giornata di **Venerdì 05 FEBBRAIO 2010***

CAMPIONATO REGIONALE INDIVIDUALE MASTER U/D INDOOR 2010
Categorie MASTER U/D

Il Comitato Regionale Lombardia della FIDAL indice il Campionato Regionale Individuale Indoor riservato agli atleti ed alle atlete delle Categorie MASTER U/D tesserati per l'anno 2010 a Società Lombarde.

Partecipano alle Gare previste dal Programma:

- gli Atleti e le Atlete delle Categorie MASTER U/D tesserati/e per l'anno 2010 per Società Lombarde
- gli Atleti e le Atlete stranieri delle Categoria MASTER U/D tesserati/e per l'anno 2010 per Società Lombarde ma non concorrono all'assegnazione del titolo e dei premi

Le Gare previste dai Programmi valide per l'assegnazione dei Titoli Regionali Individuali sono le seguenti:

60HS – 60 – LUNGO MASTER U/D previste il **07 febbraio 2010 a CASTENEDOLO**

Svolgimento Gare:

- Le gare dei 60hs e dei 60 piani si disputeranno a serie in base ai tempi di iscrizione
- Nel salto in lungo e nel getto del peso ogni atleta avrà 4 prove a disposizione.

Premiazioni:

Categoria Master U/D: Verranno premiati con medaglia i primi tre classificati M/F di ogni gara